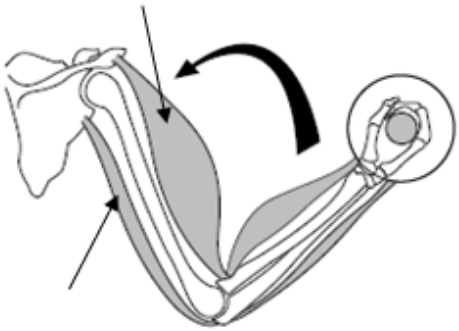
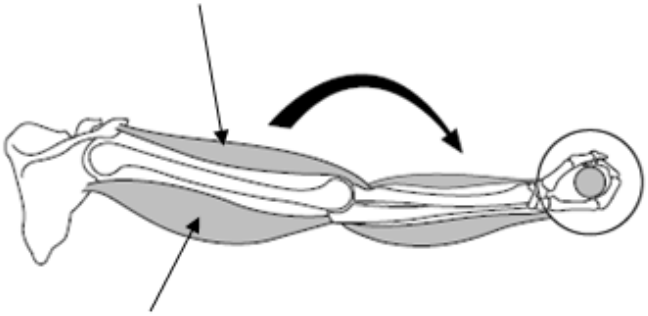
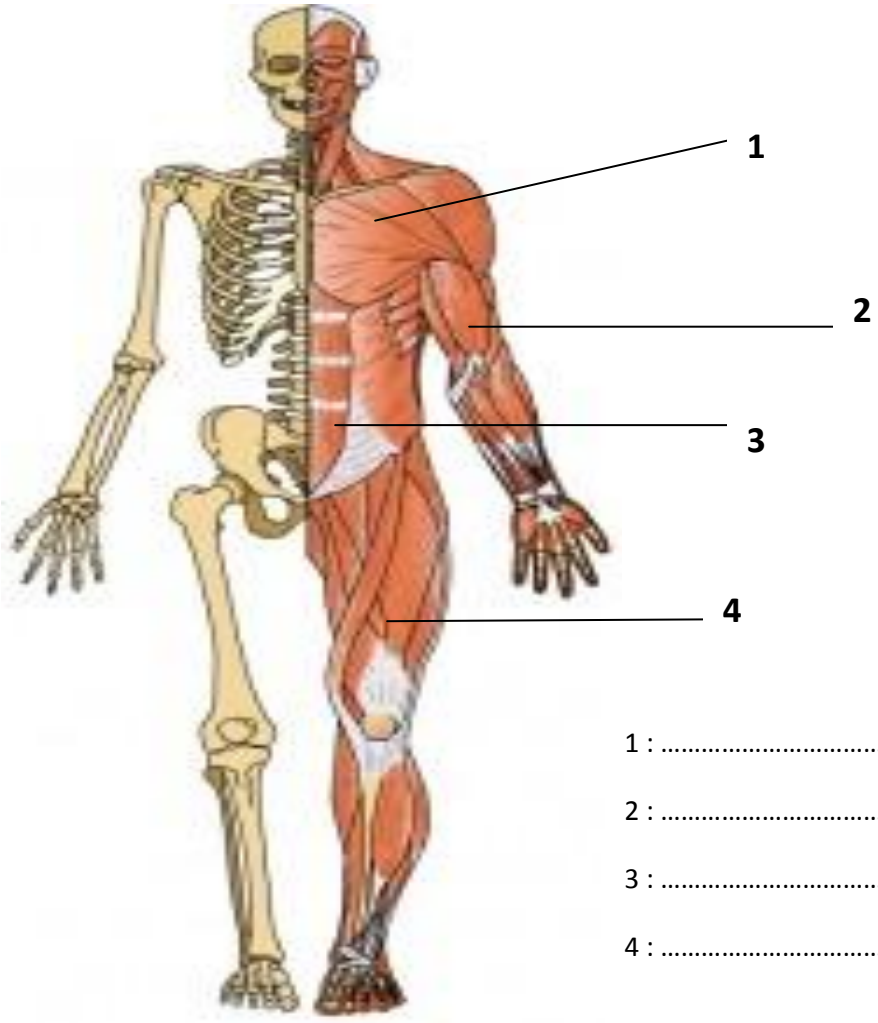
Les muscles du corps humain

Les muscles permettent de faire des mouvements. Ils ont une forme allongée. Ils sont fixés sur le os du squelette par des tendons. Les deux extrémités du muscle sont toujours attachées à deux os différents.
Les mouvements sont dus à des contractions musculaires. Quand un muscle se contracte, il se raccourcit et se gonfle. En se contractant, il tire sur les os et provoque le mouvement.
(Schéma flexion et extension du bras)
Quand le biceps est contracté, le triceps est relâché en inversement : les deux muscles ne travaillent pas en même temps.





Complète la légende de ce schéma (quelques muscles connus du corps humain).



1 : ……

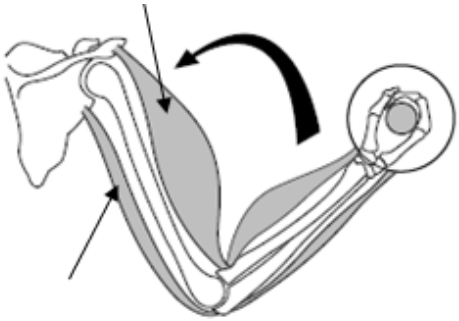
2 : ……

3 : ……

4 : ……

Correction

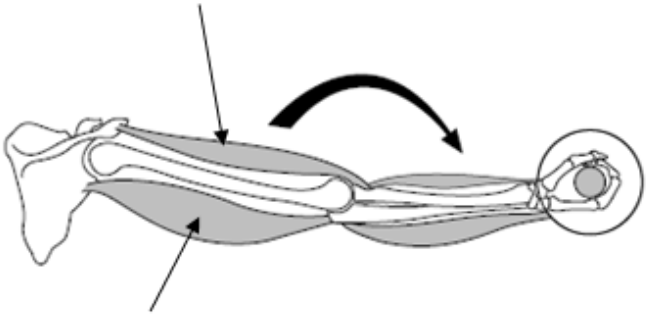
Contraction du biceps



Relaxation du triceps

Flexion

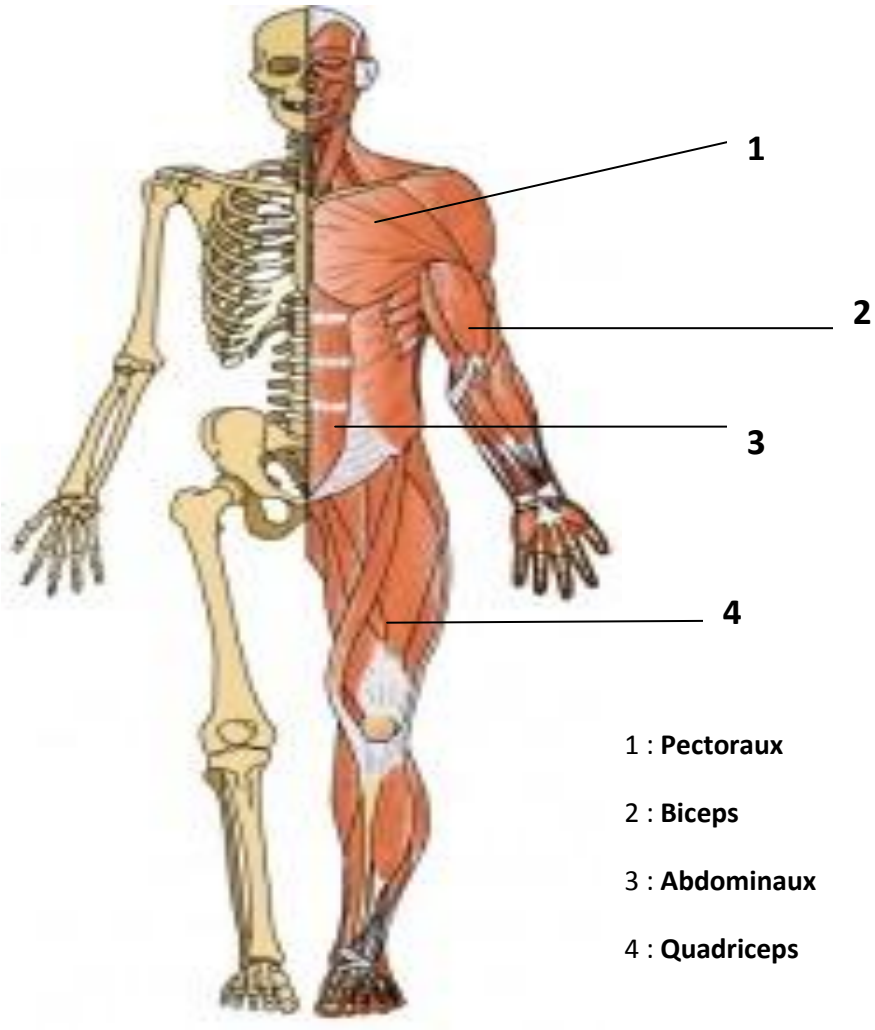
Relaxation du biceps



Contraction du triceps

Extension

Complète la légende de ce schéma (quelques muscles connus du corps humain).



1 : **Pectoraux**

2 : **Biceps**

3 : **Abdominaux**

4 : **Quadriceps**